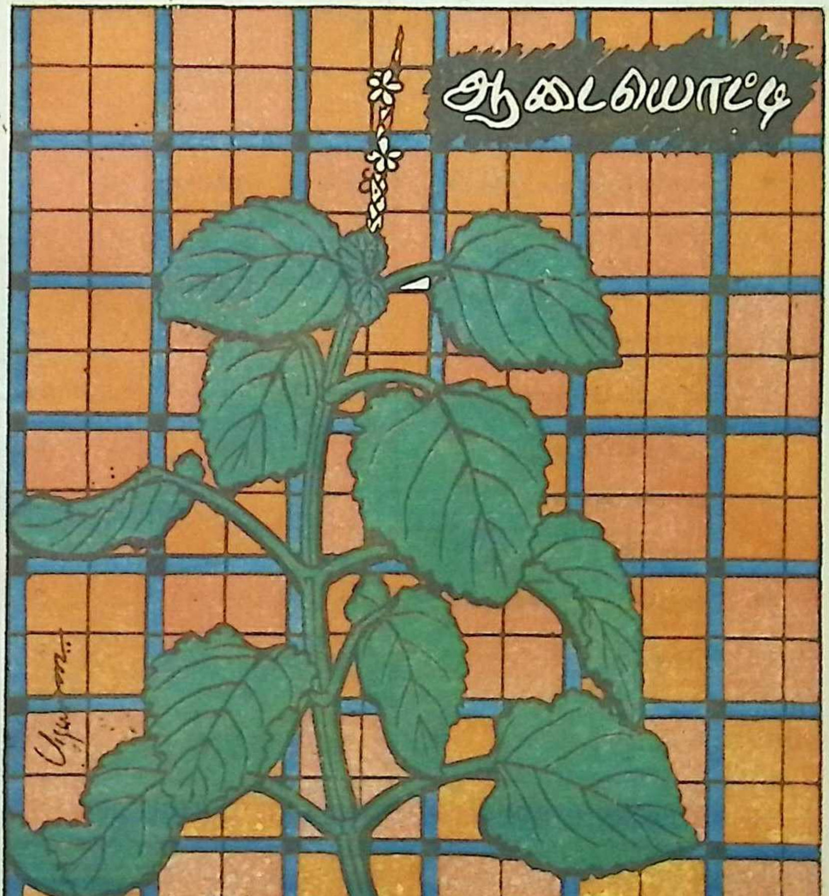
மூலிகை மணி

வேலூர் மருத்துவர் :- ஆ.இரா.கண்ணப்பர்

மலர் 10] ஆனந்த ஞு — ஆனி மீ [இதழ் 8

[173-வது மூலிகை]



[விலை 50-காசு

உ

முருகன்.

'மூலிகை மணி'

(சித்த மருத்துவ மாத இதழ்)

ஆசிரியரும் அச்சிட்டு வெளியிடுபவரும்,

வேலூர் மருத்துவர் ஆ. இரா. கண்ணப்பர், R.M.P.

ஆண்டு சந்தா ரூ. 6—00 தனி இதழ் : 50-காசு

ஆனி இதழில்

தொலைபேசி எண் : 726 த. பெ. எண் : 126

69, மாசிலாமணி முதலி தெரு, வேலூர்-1 (வ. ஆ.)

உ

முருகன் துணை.



கந்தா உன்னடி சரணம்!

கந்தா உன்னடி சரணமய்யா — உன்
கண்ணால் இதை நீ பாருமய்யா
பந்தம் உலகில் மறையுதய்யா — பெரும்
பாவச் செயல்கள் தோன்றுதய்யா (கந்தா)

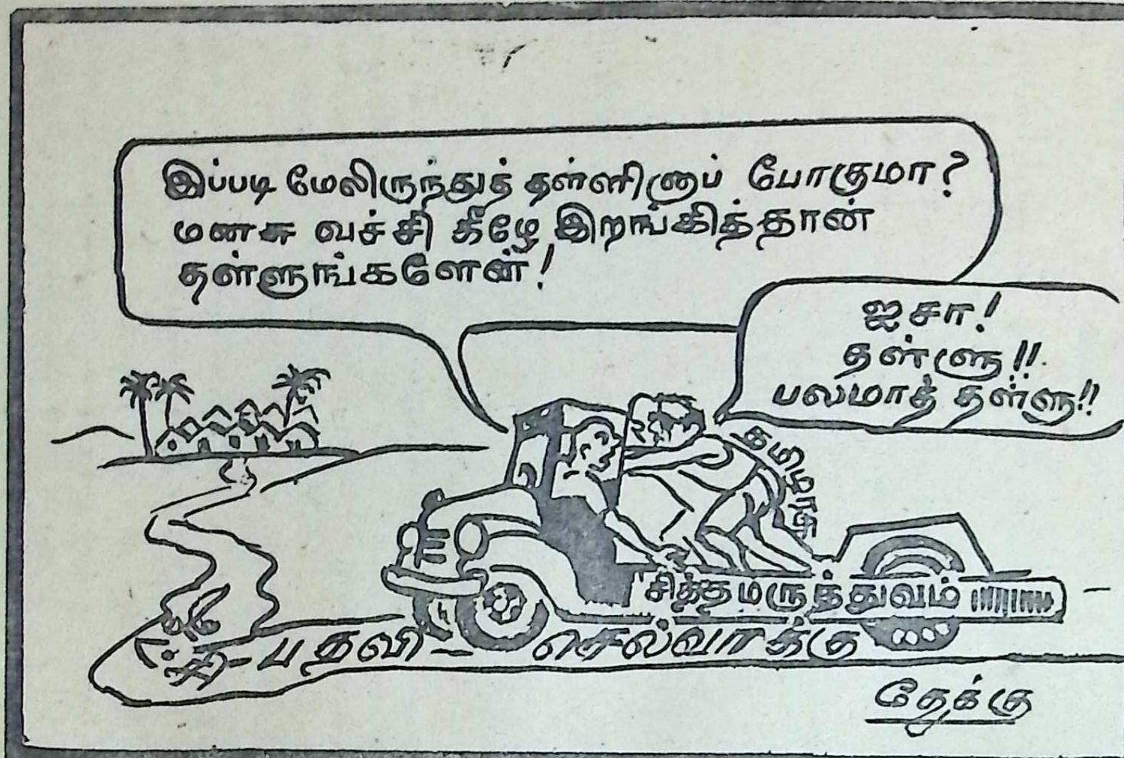
வந்துநீ கடைக்கண் காட்டுமய்யா — அது
வளரும் தீமையை ஒடுக்குமய்யா
செந்தமிழ் பண்பது குறையுதய்யா — அதன்
தேவையை உலகம் ஒதுக்குதய்யா (கந்தா)

அறத்தின் சிந்தனை அழுகுதய்யா — தீய
மறத்தின் வேதனை சிரிக்குதய்யா
உரிமைக் குரலும் சாவுதய்யா — அதை
உறிஞ்சும் குரலோ வாழுதய்யா (கந்தா)

பரந்த உள்ளம் பறக்குதய்யா — பெரும்
பாவியி னுள்ளம் நிலைக்குதய்யா
சிறக்கும் வாழ்வு சிதையுதய்யா — உலகம்
சிரிக்கிற வாழ்வு மலருதய்யா (கந்தா)

சித்தரின் மருத்துவம் சாகுதய்யா — அதைத்
தீர்ப்பவர் பணியது ஓங்குதய்யா
உத்தமர் வாழ்வது ஒழிதய்யா — அதை
ஒழித்தவர் வாழ்வு உயருதய்யா. (கந்தா)

[ஜலத்தூர் - கிட்டு]


இப்படி மேலிருந்துத் தள்ளினாப் போகுமா? மனசு வச்சி கீழே இறங்கித்தான் தள்ளுங்களேன்!
ஐசா! தள்ளு!! பலமாத் தள்ளு!!
தமிழர்
சித்த மருத்துவம்
பதவி – செல்வாக்கு
தேக்கு

ஐந்துகரத்தனை யானைமுகத்தனை இந்தினிளம்பிறை போலுமெயிற்றினை
நந்திமகன்றனை ஞானக்கொழுந்தனை புந்தியில் வைத்தடி போற்றுகின்றேனே.

மூலிகை மணி

எல்லோரும் இன்புற்றிருக்க நினைப்பதுவே
அல்லாமல் வேறொன்றறியேன் பராபரமே. — (தாயுமானவர்)

மலர் 10] ஆனந்த ௵ — ஆனி ௴ ஜூன்-74 [இதழ் 8

சொல்வது சுலபம் ... ...
செய்வது கடினம்!

மக்களுக்கு தேர்தல் காலத்தில் வாக்குறுதி அளிப்பார்கள் வேட்பாளர்கள். என்னைத் தேர்ந்தெடுத்தால் நான் அதைச் செய்வேன்; இது செய்வேன் என்றெல்லாம் மேடை தோறும் முழக்கமிடுவார்கள். ஆனால் தேர்தல் முடிந்த பின்பு, அந்த வேட்பாளரைக் கண்களால் காணமுடியாது. ஒரு வேளை காணமுடிந்தால், அவர் தேர்தல் காலத்திய வாக்குறுதி என்ன ஆயிற்று என்று கேட்டால், நான் ஒருவன் மட்டும் என்ன செய்வது; மற்றவர்களும் என்னுடன் ஒத்துழைத்தால் தானே செய்ய முடியும் என்பார்.

இது போல தமிழகத்தின் தொன்மையான மருத்துவம் - சித்த மருத்துவம். அது தற்காலம் இருக்குமிடம் தெரியாமல் அடங்கிக் கிடக்கிறது.

"சித்த மருத்துவத்திற்காகவே பாடுபடுகிறேன்" என்று அரசியல்வாதி முதல் அமைச்சர்கள் வரை அறைகூவல் விடுகிறார்களே தவிர, நடைமுறையில் 'சித்த மருத்துவம்' மக்களிடையே மறுமலர்ச்சி அடைய இவர்கள் எடுத்துக்கொண்ட சாதனைகள்தான் என்ன?

காலஞ்சென்ற திரு. சி. என். ஏ. அவர்கள் முதல் அமைச்சராக இருந்தபோதாவது, இரண்டாவது உலகத் தமிழ் மாநாட்டில், சித்த மருத்துவம் பற்றிய கருத்தரங்கும், கண்காட்சிகளையும் அமைத்து உலக மக்களின் கண்களுக்குக் காட்டினுர் என்பதை பெருமையுடன் கூறிக் கொள்ளலாம்.

சித்த மருத்துவம் பற்றி தற்காலம் நன்கு படித்தவர்கள் மத்தியில் கூட பலமான கருத்து வேற்றுமைகள் காணப்படுகின்றன. பெரும் பான்மையோர் சித்த மருத்துவத்தை, மற்றைய நவீன மருத்துவம் போல் மார்க்கட் கடைச் சரக்காக ஆக்கிவிட்டு, பணம் சம்பாதிக்க முயற்சி செய்கிருர்களே ஒழிய; நமது பழம்பெரும் (உயிர் காக்கும்) கலையாக விளங்கி வரும் சித்த மருத்துவத்தின் தனித் தன்மைகளை உணர்ந்து செயல்படும் மனப்பக்குவமுடையவர்களாக இருப்பதாகத் தெரியவில்லை.

ஆட்சிப் பொறுப்பேற்று நடத்துபவர்களாயினும் சரி, தனியாக மருத்துவத் தொழில் புரிவோர்களில் மிக்க செல்வாக்குள்ளவர்களாயினும் சரி, B. I. M. பட்டம் பெற்றவர்களாயினும் சரி, சித்த மருத்துவத்தின் தனித் தன்மைகளை நன்கு உணர்ந்தும் கூட, சித்த மருத்துவத்தை அதன் பழமையான உண்மை வரம்புகளை மீறி, நாகரீகப் போக்கில் மற்றைய மருத்துவ முறைகளைப்போல காப்பியடித்து மாற்றிவருகிருர்கள். மேற்கோளாக, சித்த மருத்துவ மருந்துகள் நவீனமயமாக்கப்பட்டு அதற்கு சர்க்கரை முலாம் பூசப்பட்டு, சரிகை காகிதம் போட்டு அசல் இங்கிலீஷ் மாத்திரை போல (காப்சுல்) குழாய்களில் அடைத்து, பெரு வாரியாக விற்பனை செய்து சுயலாபமடிக்கவும் ஆரம்பித்து விட்டனர்.

இது போல, பாளையங்கோட்டையில் சித்தர் முறை பாடம் கற்று B. I. M. படித்துப் பட்டம் பெற்ற பின்னர், தனியாகவேனும் அல்லது அரசு மருத்துவ மனைகளிலாயினும் சரி, மருத்துவராகப் பணிபுரிவோர்கள் அனேகரைப் பார்த்தால் — அவர்கள் சித்த மருத்துவராகவா தோற்ற மளிக்கிருர்கள்! கழுத்தில் (ஸ்டெதாஸ்கோப்) இதயத் துடிப்பு அறியும் கருவி, (தெர்மா மீட்டர்) என்னும் உடல் சூட்டை அளக்கும் கருவி, மிக அழகிய மேனுட்டு உடைகள்! ஆக இத்தனைக்கும் மேலாக, ஆங்கில மருந்துகளின் வாயிலாக அனுபவ அறிவு பெற்று, மருந்து கடைகளுக்கு சீட்டு எழுதி கொடுக்கும் M. B. B. S. டாக்டர்கள் போலவே இவர்களும் சித்த மருந்துகளில் தன்னம்பிக்கையற்று, மருந்து கடைகளுக்கு சீட்டு எழுதி கொடுக்கும் நிலையில் தான் இருக்கிருர்கள்.

ஆக இவ்வளவு பேரும் “நான் சித்த மருத்துவத்திற்குத் தான் தொண்டு புரிகிறேன்” என்று வாயார சொல்லி பெருமையடித்துக் கொள்ளுகிருர்கள்.

— தொடர்ச்சி 12-ம் பக்கம் பார்க்க

மூலிகை மணியின்
கடந்த ஒன்பதாண்டு மலரும், இதழ்களும்
கைவசம் சில பிரதிகளே உள்ளன.

1-வது ஆண்டு இதழ்-1, 5, 7, 11, 12
2-வது ஆண்டு இதழ்-1, 4, 7, 8, 9, 10, 11, 12
3-வது ஆண்டு இதழ்-1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11
4-வது ஆண்டு இதழ்-1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12
5-வது ஆண்டு இதழ்-1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12
6-வது ஆண்டு இதழ்-1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12
7-வது ஆண்டு இதழ்-1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12
8-வது ஆண்டு இதழ்-2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12
9-வது ஆண்டு இதழ்-1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12

மேலே குறிப்பிட்ட மூலிகை மணி இதழ்களில் தேவையானவற்றை குறிப்பிட்டு, ஒரு புத்தகம் விலை 50-காசு வீதம் தொகையை M O. அனுப்பினால் தபாலில் அனுப்பி வைக்கப்படும். V. P. P. கிடையாது.

மேலே குறிப்பிட்ட இதழ்கள், அனைத்தையும் ஒரே தடவையில் வாங்குபவர்கட்கு, பனிரண்டரை சதவீதம் கழிவு தரப்படும்.

☐ ஆயுள் சந்தா ரூ. 150—00 செலுத்தி, சந்தா சேருவோர்க்கு மேல்கண்ட அனைத்து இதழ்களும் அன்பளிப்பாக அனுப்பிவைக்கப்படும்

மூலிகை மணி மருத்துவப் பயிற்சிக்கூடம்

தபால் மூலம் பாடப் பயிற்சி — (ஓராண்டுக் கல்வி)

அநேகர் வேண்டுகோளுக்கிணங்க சித்திரை மாத முதல் மூலிகை சித்த மருத்துவப் பாடங்கள் துவங்கி நடைபெறுகிறது. இதில் மாணவ, மாணவியர்களாகச் சேர்ந்து தபால் மூலம் பயின்று சித்த மருத்துவராகி, சேவை செய்ய ஓர் அரிய வாய்ப்பாகும். பயிற்சியின் இறுதியில் 15 நாட்களுக்கு நேர்முக வகுப்பும் — மூலிகைகளை அறிமுகம் செய்து, தேர்வு நடத்தி நற்சான்றிதழ்களை நமது மூலிகை மன்னர் கண்ணப்பர் அவர்கள் நேரில் வழங்குவார். விண்ணப்பதாரர் ரூ. 1—00 மணியார்டர் செலுத்தி, விண்ணப்ப விபரத்தாளை பெற்று மற்ற விபரங்களை அறிந்து, சேர்ந்து எளிய முறையில் உயர்ந்த மருத்துவத்தைக் கற்று மருத்துவராகப் பணி புரியலாம்.

விபரங்கட்கு :

மூலிகை மணி மருத்துவப் பயிற்சிக்கூடம்,
P. B. No. 126 — வேலூர். (வ. ஆ.)

உ



— முன் மாதத் தொடர்ச்சி

மார்புவலி நீங்கி பலம் பேற

பச்சரிசி, கோதுமை, கேழ்வரகு, உளுந்து வகைக்கு கால் படி எடுத்து அரைத்து வைத்துக்கொண்டு, எவ்வளவு சாப்பிடக்கூடுமோ அவ்வளவு மாவு எடுத்து அதில் 100 கிராம் பனைவெல்லம் சேர்த்து வேகவைத்து, வெந்து வரும்போது அதில் இரண்டு முட்டைகளை உடைத்து ஊற்றி அத்துடன் நெய்யும் ஊற்றி பக்குவமாகக் கிளறி காலையில் வெறும் வயிற்றில் சாப்பிட்டு வரவும். இதனால் மார்பு வலி, நெஞ்சுவலி நீங்கி உடல் பலம் பெறும்.

மந்தம், வயிற்றுவலி நீங்க

ஓமத்தை ஏழு தடவை கசக்கிப் புடைத்து சம எடை பனை வெல்லம் சேர்த்து பொடியாக்கி இரண்டும் ஒன்ருய் கலந்து வைத்துக்கொண்டு நெல்லிக்காயளவு காலை மாலை சாப்பிட்டு, பால் குடிக்க மந்தம், வயிற்றுவலி நீங்கும்.

குன்ம நோய்க்கு

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, ஆவாரைப்பூ, அதிமதுரம், ஏலம், வால்மிளகு, சிறுதேக்கு இவைகள் வகைக்கு பத்து கிராம் இடித்து பொடிசெய்து 500 மில்லி நீரில் சேர்த்து காய்ச்சி 200 மில்லியாக சுண்டவைத்துக்கொண்டு ஒரு தேக்கரண்டி வீதம் காலை மாலை குடித்துவர குன்மம் விலகும்.

சுக பேதிக்கு

சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, நெல்லிக்காய், கடுக்காய், தான்றிக்காய், வாய்விளங்கம், ஓமம், சீரகம், தேசாவரம், பரங்கிப்பட்டை, நிலாவிரை (நிலாவிரை 100 கிராம்) மற்றவை 10 கிராம் எடுத்து தூள்செய்து, அத்துடன் 100 கிராம் சர்க்கரையை பொடிசெய்து சேர்த்து வைத்துக்கொள்ளவும். அளவு :— மேற்கூறிய பொடியை ஒரு ரூபாய் எடை வாயிலிட்டு இஞ்சி சாற்றில் குடிக்க உடம்பிலுள்ள கெட்டநீரெல்லாம் கழிந்து பேதியாகும். சகல வியாதியும் நீங்கும். பேதி அதிகமானுல் மோர்சாதம் சாப்பிட நிற்கும். பத்தியம் இல்லை.

சீரண சக்தி அதிகரிக்க

சிற்றரத்தையை இடித்து தூளாக்கிக்கொண்டு காலை மாலை வெந்நீரில் 5 கிராம் போட்டுக் குடிக்க அதிக பசி எடுக்கும்.

மூல நோய்களில் மலம் இளக்க

ஆறு சீயக்காயை 250 மில்லி தண்ணீரில் போட்டுக்காய்ச்சி 50 மில்லியாக சுண்டவைத்து வடிகட்டி காலையில் குடிக்க ஐந்து, ஆறு தடவை பேதி ஆகும். சூடு செய்யாது. இது மூல நோய்களுக்கு மட்டும்.

சீதபேதி நீற்க

ஆழாக்கு வெள்ளாட்டுப் பாலில் இரண்டு எலிமிச்சம்பழம் பிழிந்து மூன்று நாட்கள் காலை ஒரு வேளை மட்டும் கொடுக்கவும். எந்த விதமான சீதபேதியும் கட்டுப்படும்.

தீராத கிராணி பேதி நீற்க

அக்கல்காரத்தை வதக்கி தேன்விட்டு அரைத்து சுண்டைக்காய் அளவு எடுத்து காலை, மாலை சாப்பிட்டு வெந்நீர் குடிக்கவும். மிளகாய் காரம் சோககாமல் உணவு உட்கொண்டு ஒரு வாரம் (அ) 10 நாள் எடுக்க நாள்பட்ட பேதியும் நின்றுவிடும். காரம் பட்டால் குணம் ஆகாது. கவனிப்பு வேண்டும்.

(தொடரும்)



ஆடையொட்டி

[173-வது மூலிகை]

மாந்திரிக சக்தியுடைய மூலிகைகளுள் சிறப்புடையது ஆடையொட்டி. இந்த மூலிகையின் இலை சுணை உடையதாகையால் ஆடையில் ஒட்டிக்கொள்ளும் ; எங்கும் பிடித்துக் கொள்ளும் சக்தி கொண்டதாகையால் இது ஆடையொட்டி என்ற காரணப் பெயர் பூண்டது. இது குத்துச் செடியாகவே வளரக்கூடிய பூண்டு இனத்தைச் சேர்ந்தது.

பொதுவாக இதனை எங்கும் காணக் கிடைப்பதரிது. காடுகளில் வரண்ட மலைச்சாரல்களில் தன்னிச்சையாக வளரும்.

பொதுவாக இதன் இலை, காம்பு, வேர், சமூலம், பூ ஆகியன மருத்துவப் பயனுள்ளது. சிறுநீரைப் பெருக்கித் தள்ளுவதில் நெருஞ்சில் போலும், கீழாநெல்லி போலவும் வேலைசெய்யும். அதே சமயம் அதிக நீர் போவதைத் தடுக்கக் கூடிய சக்தியும் கொண்டதாகும். உடலுக்கு உரமாக்கி பலத்தையும் கொடுக்கும்.

இதற்கு மனதில் வேலை செய்யக்கூடிய மனோசக்தியும் உள்ளதாகையால் மாந்திரிகர்கள் கால நேரம் பார்த்து, உயிர் கொடுத்து, எடுத்து

வசிய மூலிகையாக பயன்படுத்துவார்கள். கணவன்-மனைவி ஒற்றுமை இல்லாவிடில் இம் மூலிகையால் ஒருவருக்கொருவர் பிரியாத மனதையும் அன்பையும் அடைவதாக சொல் வழக்கு உண்டு.

"ஆடை யொட்டியை பார்த்து பாவிக்க
பாடை ஏறினும் பட்சம் மறவாரே"

என்பது பழமொழி. எனவே ஆடவரும் பெண்டிரும் பட்சமுடனிருக்க அந்த காலத்திலேயே இந்த ஆடையொட்டி மூலிகையை பயன்படுத்தியதாக செவிவழிச் செய்தியாகும்.

குணமும் பயனும்

இதன் இலையை அரைத்து அத்துடன் சர்க்கரை சேர்த்து காலை வேளை மட்டும் சுண்டைக்காய் அளவு கொடுத்துவர மேக வெட்டை, வெள்ளை வெட்டை, நீர்சுருக்கு, சொட்டு மூத்திரம் ஆகியவை நீங்கும்.

அசீரண பேதி, சீதபேதிக்கு

இதன் வேரையும் இலையையும் சமமாக எடுத்து அரைத்து, கட்டி எருமைத் தயிரில் கலக்கி உள்ளுக்கு கொடுத்துவர அதிசார பேதி, நாள் பட்ட சீதபேதி, அசீரண பேதி யாவும் குணமாகும்.

மூத்திரதாரை எரிச்சல், ரணம் நீங்க

இலையை மட்டும் அரைத்து நீரில் கலக்கி வைத்துக் கொண்டு பெண்கள் நோயால் ஆண்குறி தண்டு, மூத்திரதாரை ரணமாகி வேதனை படுவோர்க்கு, ஷ ரணத்தில் பீச்சு உள்ளுக்கு செய்துவர ரணம் யாவும் குணமாகிவிடும்.

நீரிழிவு நோய்க்கு

ஆடையொட்டி இலை, நாகமரத்துப் பட்டை, மாங்கொட்டை சம எடை (100 கிராம்) எடுத்து அரை படி தண்ணீரில் போட்டு, மண் சட்டியிலிட்டு காய்ச்சி வடிகட்டிக் கொண்டு அத்துடன் பனங்கல்கண்டு சேர்த்து, காலை பகல் மாலை ஆக மூன்று வேளை 20 நாட்கள் குடித்துவர நீரிழிவு நோய் முற்றும் நீங்கும். குறிப்பு :—ஆங்கில மருந்துகள் நிறைய் சாப்பிட்டவர்கட்கு இம் முறை பயன் தராது.

நெஞ்சு கரிப்பு, ஏப்பம் நீங்க

ஆடையொட்டி இலை 1 கைபிடி, 1 துண்டு இஞ்சி, மிளகு 6, சீரகம் 1 சிட்டிகை தட்டிப் போட்டு மண்சட்டியில் அரைபடி நீர் விட்டு

கொதிக்கக் காய்ச்சி வடிகட்டிய குடிநீரை காலை மாலையாக குடித்துவர புளியேப்பம், நெஞ்சு கரிப்பு, ஆகாரம் செரியாமை ஆகியவைகள் நீங்கிப் போகும்.

வாய் ரணம், நாக்குப் புண் நீங்க

ஒரு கைபிடி ஆடையொட்டி இலையை சிதைத்து அரை படி தண்ணீரில் போட்டுக் காய்ச்சி தினமும் காலையில் வாய் கொப்பளிக்க வாய் ரணம், நாக்குப்புண் நீங்கிவிடும்.

காது நோய், காது மந்தம் நீங்க

ஒரு கைபிடி ஆடையொட்டி இலை, பூண்டு 10 எடுத்து நல்லெண்ணெய் 50 மில்லி சேர்த்துக் காய்ச்சி வடிகட்டிக்கொண்டு ஒரு புட்டியில் பத்திரப்படுத்திக்கொண்டு காலை, மாலை இரு வேளையும் காதில் தினமும் விட்டுவர காது மந்தம், காதுவலி ஆகியன நீங்கும்.

மார்பு நோய் நீங்க

ஆடையொட்டி வேர் 1 பலம், சுக்கு 1 துண்டு, பெருங்காயம் 1 துண்டு எடுத்து நன்கு அரைத்து அத்துடன் பசும்பால் சிறிது சேர்த்து கொதிக்க வைத்த பின்னர், இளஞ்சூடாக மார்புவலி எங்கெங்குள்ளதோ அங்கெல்லாம் பற்று போட்டுவர மார்புவலி நீங்கிவிடும்.

— [4-ம் பக்கத் தொடர்ச்சி

" சித்த மருத்துவத்தை ஒரு ஐந்தாண்டுகளில் தூக்கி நிறுத்தா விடில்; அது அழிந்து விடும் " என்று ஒரு அன்பர் பேசி இருக்கிறார். அவ்வளவு அன்பு சித்த மருத்துவத்தின் பேரில் அவருக்கு! இப்படி வாய்ச் சொல்லில் வீரராக இருக்கிறார்களே தவிர; செயல் திறனில் அணுவளவேனும் இருப்பதாகத் தெரியவில்லை.

சித்த மருத்துவம் முறையாக மக்களிடையே மறுமலர்ச்சி அடைய வேண்டுமானால்; இதற்கு ஒரு பட்டப் படிப்பு அவசியமே இல்லை! சாதாரண குருகுலப் படிப்பு ஒன்றே போதும். அதாவது (டிப்ளமா கோர்ஸ்) பள்ளிப் படிப்பு முடித்தவுடன் பயிற்றுவிக்கும் சித்த மருத்துவப் பயிற்சிப் பள்ளி ஆகும். இதைச் செய்யா விட்டால், சித்த மருத்துவம் கூடிய விரைவில் ஆங்கில மருத்துவத்தோடு இரண்டரக் கலந்துவிடும். இப்படி கலந்துவிடும் காலத்திலே சித்த மருத்துவத்தின் தனித் தன்மைகளை மக்கள் உணர முடியாது. தீராத நோய்களுக்கும் மருந்து இல்லை; போகாத நோய்களைப் போக்க வழியுமில்லை! மருந்து சாப்பிடும் போது மட்டும் குணத்திற்கு உத்திரவாதம் தரும் மேனாட்டு மருந்துகளைப் போலாகிவிடும் என்பதில் ஐயமில்லை. எனவே, சொல்வது சுலபம்... செய்வது கடினம்! உண்மையிலேயே சித்த மருத்துவத்தை யாரும் காக்க வேண்டியதில்லை. அது தானாகவே வளரும் சக்தி கொண்டது. யாராவது அழித்துவிட வேண்டும் என்று நினைத்தாலும், அவர்களையும் மீறி எங்காவது வளர்ந்துக் கொண்டேதான் இருக்கும். ○○

முக்கிய அறிவிப்பு!

வாசக அன்பர்கள் தங்கள் சந்தாவை புதுப்பிக்க பணம் அனுப்பும்போது M. O. கூப்பனில் பழைய சந்தா எண்ணையும் பெயர், விலாசம் தெளிவாக எழுதி அனுப்ப வேண்டியது அவசியம். மருந்துகள், வெளியீடுகள் பெற M. O. அனுப்புவோர்களும், தேவையானவற்றை M. O. கூப்பனிலேயே குறிப்பிட்டு எழுதிவிட்டால் தாமதமின்றிப் பெறலாம். தனிக் கடிதம் எழுத வேண்டிய அவசியமும் இல்லை!

மேலாளர் : மூலிகை மணி,

59, மாசிலாமணி முதலி தெரு, வேலூர்-1. (வ. ஆ.)

உ
முருகா.

நோயும் - மருந்தும்

[இப் பகுதியில் வாழ்க்கைக்கு பயன் தரும் எந்தவித கேள்விகளும் இடம்பெறும். கேள்வி கேட்பவர்களின் பெயர் அவசியமிருந்தாலன்றி வெளியிடப்பட மாட்டாது. எல்லோருக்கும் பயன்படும் கேள்விகள் எதுவாயினும் சரி. அவைகட்கு முதலிடம் தரப்படும். இப் பகுதியில் ஐந்து ஆண்டுகளாக தொடர்ந்து வந்த கேள்வி—பதில்களை மருத்துவ சம்பந்தப்பட்ட வரையில் தனியாக "நோயும்-மருந்தும்" எனத் தனி நூலாக வெளியிடப்பட்டுள்ளது. தேவையுள்ள அன்பர்கள் முன்பணம் மணியாடர் அனுப்பி பெறலாம். சினிமா சம்பந்தப்பட்ட கேள்விகள் கவனிக்கபட மாட்டாது. கூடிய வரையில் மருத்துவம், சமூகம், சமயம் பற்றிய கேள்விகளுக்குத்தான் முதலிடம்]

* * *

கே : என் தம்பிக்கு 5, 6 ஆண்டுகளாக வாய் நாற்றம் இருந்து வருகிறது. நெருங்கிப் பேச முடியவில்லை. இதை போக்க ஒரு வழி கூறவும்? அவன் கல்லூரி மாணவன்.

ப : கல்லூரி மாணவனுக்கு வாய் நாற்றம் வருகிறதே! படிப்பின் மிகுதியால் வந்திருக்கலாமோ? வயதும் குறிப்பிடவில்லையே! ஐந்தாறு ஆண்டுகளாக இருப்பதால் — இதற்கு சிவகரந்தைப் பொடி, ஏலரிசி, லவுங்கம், கிச்சிலித்தோல் சமமாக எடுத்து உலர்த்தி இடித்துப் பொடி செய்து வைத்துக்கொண்டு காலை மாலை 1 சிட்டிகை அளவு வாயிலிட்டு சுவைத்து வர வாய் நாற்றம் போகும்.

கே : உள்ளங் கைகளிலும், கால்களிலும் எப்பொழுதும் வியர்த்து, தண்ணீராக ஊறிக்கொண்டே இருக்கிறது. ஆங்கில முறை மருத்துவம் பயன்தரவில்லை. இதற்கு என்ன செய்யலாம்?

ப : பித்த சீதள உடம்பு உடையவர்கட்கு உள்ளங்கை, கால்களில் வியர்வை வருவது உண்டு. எனவே பீன்ஸ், கொத்தவரை, முருங்கைக்காய், பெங்களூர் காய்கறி வகைகளை நீக்கி, உணவில் மித

சூடான பொருள்களைச் சேர்த்து வந்தாலே இவை நீங்கும். மருந்துகளை நேரில் பார்த்து தான் ஆலோசனையுடன் தருவது சிறப்பு.

கே : நான் 25 ஆண்டுகளாக, கட்டியிருக்கும் வெள்ளி அரைஞாண்கயிறு இப்போது கருத்துவிட்டது. இப்படி எதனுல் ஏற்படுகிறது? இதனுல் உடல் பாதிக்கப்படுமா?

ப : வெட்டைச்சூட்டு உடம்பினருக்கு அரைஞாண் வெள்ளிக் கயிறு கருத்துவிடும். இதனுல் உடல் அதிக உஷ்ணமாகியுள்ளது என்பது வெள்ளிக் கயிற்ருல் தெரிகின்றது. எனவே உடல் சூட்டைத் தணிக்க குளிர்ச்சியான பொருள்களை சேர்க்கவும்.

கே : என் வயது 35. ஐந்து குழந்தைகளுக்கு தகப்பன். டீ, காபி, புகை போன்ற எந்த பழக்கமும் கிடையாது. கடந்த ஆறு மாத . .லமாக காலை மாலை வேளையில் வயிற்றில் எரிச்சல் ஏற்படுகிறது. சிற்றுண்டி அல்லது சாப்பாடு சாப்பிட்டு 3 மணி நேரம் கழித்ததும் எரிச்சல் ஆரம்பமாகிறது. வயிறு காலியாக இருக்கும் போது இந்த எரிச்சல் இருக்கிறது. நெஞ்சு வரைக்கும் இந்த எரிச்சல் ஏறிவருகிறது ; வலியும் சற்று உண்டாகிறது. இது என்ன நோய்? இதைப் போக்க ஒரு மருத்துவம் கூறவும்?

ப : ஐயா, உங்கள் கடிதம் குன்ம வியாதிக் குறிகளையுடையதாக உள்ளது. அதிலும் எரிகுன்மம் வயிற்றில் இரண மும் இருக்கக்கூடும். எனவே காரமான பொருள்களையும், புளி சேர்க்கப்பட்ட பொருள்களையும் நீக்கி உணவு எடுக்கவேண்டும். பொடுதலைக் கீரையை இடித்து பிழிந்த சாறு 30 மில்லி, இஞ்சி சாறு 1 டீஸ்பூன், எலுமிச்சம்பழச்சாறு 1 டீஸ்பூன் யாவும் கலந்து காலை 1 வேளை உள்ளுக்கு குடித்து 1 மணி நேரம் கழித்து சாப்பாட்டில் கஞ்சி இனமாக சாப்பிடவும். என்ருலும் குன்ம நோய்க்கு சிறப்பாக நாட்டு மருத்துவம் பூரண குணம் தரும்.

கே : குடும்ப நலனைக் காப்பாற்ற ஆண்கள் "வாஸக்டமி" அறுவை சிகிச்சை செய்துக்கொள்ளலாமா? ஆண்களை 'மலடு' ஆக்குவதற்கு தக்க மூலிகை என்ன? அதை எவ்வாறு தயார் செய்து சாப்பிடவேண்டும்?

ப : நிரந்தரமான மலடாக்குவதில் ஆண்களுக்கு எட்டிக் கொட்டை சிறந்தது. ஆனுல் இது பல்வேறு தொல்லைகளை உண்டாக்கும். மலடாக்குவதில் சிறப்புடைய மூலிகைகளை நம் முன்னேர்கள்

கையாளவில்லை. அதற்குப் பதிலாக மனதிற்கு கட்டுப்பாடு விதித்து குடும்பக் கட்டுப்பாட்டைத் தனக்குத் தானே விதித்துக் கொண்டனர். மூலிகையால் நிரந்தர மலடாக்குவதால் பின்னர் பல கேடுபாடுகள் உடலுக்கு விளையக்கூடும் என்பது பெரியோர்களின் கருத்து.

கே : எனது குழந்தைகள் 3, 5 வயதுள்ளது. இரண்டுக்கும் ஆசனவாயில் அரிப்பு ஏற்பட்டு கஷ்டப்படுகிறது. சிறு புழுக்களும் வெளியாகின்றன. இதை நீக்க ஒரு இலகு மருத்துவம் கூறவும்?

ப : மஞ்சளும் வேப்பிலையும் அரைத்து சுண்டைக்காய் அளவு உள்ளுக்கும் கொடுத்து ஆசனவாயிலும் வைத்துகட்டிவர மலப்புழுக்கள் சிறுகச் சிறுக ஒழிந்து போகும். 20 நாட்கள் தொடர்ந்து செய்து பலன் காணவும்.

கே : "காட்டுச் செம்பு" என்ற ஒரு மூலிகையின் பெயரை நூல்நிலையத்திலிருக்கும் ஒரு புத்தகத்தில் கண்டேன். இலைகள் ஒளிவிடும் தன்மை உள்ளவை என்று எழுதி இருக்கிறது. இந்த மூலிகையின் பயன் யாது என்று தெரிவிக்கவும்?

ப : ஆகாசகருடன் இனத்தைச் சேர்ந்த இந்த மூலிகை காண வெகு அபூர்வம். கிடைப்பதருமை! இம் மாதிரியான மூலிகைகள் எல்லாம் இந்த பத்தொன்பதாம் நூற்ருண்டில் பூண்டுடன் அழிந்து வருகின்றன. காரணம் சீமை முள்வேலன் என்ற வேலிக்காத்தான் வளருமிடங்களில் எல்லாம் அருகம்புல் கூட கருகிவிடுகின்றன. ஆகை யால் இந்த 'காட்டுச் சேம்பு' வை ஏட்டில் கண்டாலும் கண்களால் காணுவதரிது.

கே : என் வயது 35. திருமணம் ஆனவன். கால்களில் எப்போதும் வியர்வை கொட்டிக்கொண்டே இருக்கும். தண்ணீரில் நின்றுக்கொண்டிருப்பது போல் இருக்கிறது. இதற்கு ஏதாவது ஒரு மூலிகை சிகிச்சை கூறவும்?

ப : மூலிகை சிகிச்சை :— கலியாணமுருக்கன் இலையை 1 பிடி எடுத்து 1 குவளை நீரில் போட்டுக் காய்ச்சிய குடிநீரை தினம் 1 வேளை அரை மண்டலம் சாப்பிட்டு வரவும்.

கே : 'சந்தன அத்தரின்' மருத்துவப் பயன் என்ன? சிலர் பாலில் உறை குத்தி வைத்து, பிறகு மோர் கடைவது போல்

கடைந்து சாப்பிடுகிருர்கள். இதனுல் எந்த நோய் தீரும்? இதற்கு பதில் பசும்பாலில் 10 சொட்டு சந்தன அத்தரை விட்டு உறைகுத்தி உபயோகிக்கலாமா? விபரம் தெரிவிக்கவும்.

ப: சந்தன மரத்து தைலம் சந்தன அத்தர் என்பார்கள். இது வெட்டைச்சூடு, ஆண்களின் வெள்ளை ஒழுக்கு ஆகியவற்றை போக்கும் இயற்கை மருந்துகளில் சந்தனத் தைலமும் ஒன்று. எனவே பண்டை காலந்தொட்டு உஷ்ண நோய்களில் இதனை பலவிதத்தில் பயன்படுத்து வார்கள். மிதமான சூடு உள்ள பசும்பாலில் இதை உறைகுத்திக் கடைந்தெடுக்க வெண்ணெயுடன் இந்த தைலமும் கலந்து வரும். ஆனுல் காலம், உடல் நலமறிந்து பயன்படுத்த குணம் உண்டு.

கே: திருமணமாகாத பெண்களுக்கு மாதவிடாய் 30 நாட் களுக்கு மேல் 40 நாட்கள், இரண்டு, இரண்டரை மாதங்கள் கூட தள்ளி ஆகிறது. இது இரத்தக் குறைவினுல் ஏற்படுகிறது என்று நாட்டு வைத்தியர் கூறுகிருர். திருமணம் ஆனுல் சரியாகிவிடும் என்றும், இப்பொழுது நாராயண தைலம், சியவனப்ராஷ் லேகியம் சாப்பிடும்படி கூறுகிருர். தங்களுடைய மருத்துவம் பூரண குணம் காண வழி செய்யும் என்று கருதி தங்களின் ஆலோசனையை நாடு கிறேன். ஆகாரத்திலும் சேர்க்கக்கூடாத பதார்த்தங்களை விளக்கி கூறவும்?

ப: பூப்படைந்து திருமணமாகாத பெண்களில் ஆரம்பத்தில் இதுமாதிரி சில பெண்களுக்கு காலம் கடந்து ஆவதுண்டு. இதற்கு அடிப்படைக் காரணம் இளவயதிலேயே ஆன பெண்களுக்கு மாதருது ஆக உறுப்புக்கள், கருப்பாசயங்களில் உள்ள சுரப்பிகள் எல்லாம் சரியான வளர்ச்சியடையாததே. மற்றும் உணவு வகைகளில் போதிய போஷாக்கு இல்லாமல் இருந்தாலும், அல்லது அதிக போஷாக்கு இருந்தாலும் இப்படி ஆகும். ஆகாரத்தில் அதிக குளிர்ச்சியும், வாய்வு பண்டங்களை சேர்க்கும் குடும்பத்தில் மாதருது கன்னிப் பெண்களுக்கு தாமதமாக ஆவது கண்கூடு. எனவே, சூடான பொருள்களும், சத்து நிறைந்த பொருள்களைச் சேர்ப்பதால் மாதருது தவருமல் தோன்றும்.

கே: மனிதனுகப் பிறவி எடுத்து, இந்த பூமியில் தன் பிறவி யைப் பற்றியும், தன் சூழ்நிலையைப் பற்றியும், வாழ்வைப் பற்றியும், தன்னைப் படைத்த கடவுளைப் பற்றியும், அவர் இருப்பிடத்தைப் பற்றியும், நமது ஆசாபாசங்களையும் சிந்தனை செய்து வந்தால்

அடையும் பலன் என்ன? இதை உணர்ந்து வாழ்ந்தால் உலகில் வாழமுடியுமா? ஈசன் அருளைப் பெற முடியுமா? தாங்கள் தக்க விளக்கம் தந்து வழி காட்டவும்.

ப: தன்னையும் தன்னைப் படைத்த பேரருளையும் அறிவதும், அதனை அறிய முயற்சி எடுப்பது தான் மனிதப்பிறவி. மற்றய பிறவி கட்கு இத்தகைய சக்தி இல்லை. எனவே தான் மானிடராதல் அரிது...... என்னும் இப் பாடல் இறுதியில் "வானவர் நாடு வழி திறந்திடுமே!" என்கிறார் ஔவையார். "உடம்பினால் ஆய பயன் உடம்பினுள் உத்தமனைக் காண்" என்னும் முதுமொழிக்கு இணங்க முயற்சித்தார். ஈசனைக் காட்டும் உடம்பு!

கே: என் வயது 27. நான் சிறு விஷக்கடியால் பாதிக்கப் பட்டு உடல் நலமானவன். மருத்துவர் ஆலோசனைபடி தேங்காய் எண்ணெய் தேய்த்து தலைக்கு ஸ்னானம் செய்பவன். எங்கள் தஞ்சை மாவட்டத்தில், நல்லெண்ணையை யாவரும் உபயோகித்து வருகிறார்கள். தேங்காய் எண்ணெய் 1 லிட்டர், எலிமிச்சம்பழ ரசம் 100 மில்லி, இஞ்சி சாறு 100 மில்லி கலந்து காய்ச்சி வைத்துக் கொண்டு, தலைக்குத் தேய்த்து ஸ்னானம் செய்து வருவது உடலுக்கு நலம் தருமா? தங்கள் ஆலோசனையை பெற விரும்புகிறேன்.

ப: தேங்காய் எண்ணை 1 லிட்டர், நெல்லிக்காய் சாறு 50 மில்லி எலிமிச்சம்பழரசம், இஞ்சி சுரசம் 50 மில்லி இவைகளைச் சேர்த்துக் காய்ச்சி, சாறு சுண்டக் காய்ச்சி எடுத்து வைத்துக்கொண்டு வாரம் ஒரு முறை தலைக்குத் தேய்த்து குளித்து வரவும்.

கே: கர்ப்பிணிக்கு, செம்பரத்தை பூக்கள் அவித்த நீரை குடித்து வருவதால், குழந்தைக்கு உண்டாகும் பலன் யாது?

ப: நல்ல இரத்த விர்த்தியுண்டாகும். தாய்க்கும் சேய்க்கும் நோயணுகாமலும், உடல் சூட்டைத் தணித்து பாதுகாக்கக்கூடியது செம்பரத்தைப் பூ.

கே: திருமணமானவர்கள் தாம்பத்ய உறவு கொள்வதற்கு பொதுவாக கவனிக்க வேண்டிய விதிகள் சித்த மருத்துவத்தின்படி அறிவிக்கவும். விலக்கவேண்டிய நாட்கள் எவை? தாய், தந்தை,

சேயின் நல்வாழ்வுக்குத் தக்க அறிவுரைகளைத் தெரியபடுத்தும்படி வேண்டுகிறேன்.

ப: திருமணமானவர்கள் உறவு வைத்துக் கொள்ளக் கூடாத நாட்கள் :— (1) எண்ணெ முழுக்கு செய்யும் நாட்கள், (2) மாதருது ஆன பின்பு 1 வாரம் வரையிலும், (3) திருவாதிரை, பரணி, கிருத்திகை, சுவாதி, ஆயில்யம், மகம், பூரம், பூராடம், பூரட்டாதி, கேட்டை ஆகிய நட்சத்திரங்களிலும், நவமி, அட்டமி திதிகளிலும், செவ்வாய், வெள்ளி, சனிக்கிழமைகளிலும் உறவு வைத்துக் கொள்ளக் கூடாது. மீறினால் உடல் ஊனமுற்ற குழந்தைகள்; வறுமை; மூதேவி பகை; பிணி; குடும்ப நாசம்; சந்ததி நாசம் உண்டாகுமென்பது பெரியோர் வாக்கு.

கே: நான் சுமார் 10 ஆண்டுகளாக காபி, டீ பானங்களை விலக்கி, பாலில் சீனி கலந்து சாப்பிட்டு வருகிறேன். சர்க்கரை கலந்து சாப்பிடுவதால் சீதளம், சளி சம்பந்தமான நோய்கள் தோன்றும் என்று சொல்கிறார்கள். இது உண்மைதானா? பாலுடன் எதைக் கலந்து சாப்பிடுவது நல்லது?

ப: பாலுக்குச் சர்க்கரை இல்லை என்பார்க்கும், கூழுக்கு உப்பு இல்லை என்பார்க்கும், படுக்கைக்கு பஞ்சணை இல்லை என்பார்க்கும் விசனம் ஒன்றே என்பது பழமொழி. பாலில் அளவுடன் சர்க்கரை போட்டுத் தான் குடிக்கவேண்டும்; இல்லையெனில் குற்றம். எனவே சொன்னவர்களுக்கு நீங்கள் கூறுங்கள்: பாலுக்கு சர்க்கரை போட்டு குடிப்பதால் தான் நன்கு சீரணசக்தி. இல்லையெனில் நோய்க்கு ஆளாகுவார்கள்.

கே: என் தகப்பனார் மூக்குப்பொடி போடும் பழக்கத்தை வெகு காலமாக உடையவர். அந்த பழக்கத்தை கைவிட ஒரு வழி கூறுங்கள். மூக்குப்பொடியினால் ஏற்படும் தீமைகளை விளக்கி அதை நிரந்தரமாக மறக்க ஆலோசனை கூறவும்?

ப: மனிதனுக்கு ஒரு பழக்கம் உண்டாகிவிட்டால் அதை நிறுத்துவது கடினம்! ஆனால் அந்த பழக்கத்தைத் தானே ஒருவன் வெறுத்து ஒதுக்கினால் ஒழிய, அதன் தீமைகளை பிரசாரத்தின் மூலம் வெளியிடுவது செவிடன் காதில் சங்கு ஊதியது போலாகும்.

கே: எனக்கு திருமணமாகி இரண்டரை மாதம் ஆகிறது. சமீபத்தில் 20 நாட்களாக மனைவியுடன் உடலுறவு வைத்துக்

கொண்டதில், மனைவி கடும் வயிற்றுவலியால் அவதிப்படுகிறுள். இந்த நிலை நீங்கி, சுக வாழ்வு நடத்த ஒரு மருத்துவம் கூறுங்கள் ?

ப : சூதக வயிற்றுவலி சிலருக்கு திருமணமானவுடன் வருவது உண்டு. கருப்பாசயம் வலுப்பெறவில்லை. எனவே அசோகமரப்பட்டை 1 பலம் இடித்து ஒரு குவளை தண்ணீர் விட்டு காய்ச்சிய குடிநீர் தினம் ஒரு வேளை 20 நாள் குடித்து வரவும்.

கே : என் வயது 25. ஆனுல் என் முகத்தில் இதுவரை மீசை முளைக்கவே இல்லை. என் நண்பர்கள் கேலி செய்கிருர்கள். இதற்கு என்ன செய்யலாம் ?

ப : மீசை முளைக்க, முள்ளங்கி, காரட், கீரை வகைகளை சேர்த்து வரவும். இரவில் பசும்பால் குடித்து வரவும்.

கே : ஐயா, தங்கள் ஆரம்பித்துள்ள '' மூலிகை மருத்துவப் பயிற்சி ''—தபால் பாடத்தில் சித்திரை மாதத்தில் மட்டும் மாணவர் களைச் சேர்ப்பீர்களா ? அல்லது ஒவ்வொரு மாதமும் மாணவர்களைச் சேர்த்து வருகிறீர்களா ? விபரம் தெரிவித்தால் நானும் சேர்ந்து படிக்கலாம் என்று ஆசைப்படுகிறேன்.

ப : எமது '' மூலிகை மருத்துவப் பயிற்சி '' தபால் பாடம் கடந்த சித்திரை மாதம் திருத்தணிகையில் துவக்கவிழா நடைபெற்றது. இதில் எந்த மாதம் வேண்டுமானுலும் சேரலாம். பயிற்சியில் சேர்ந்த மாதம் முதல் தபால் பாடங்கள் 12-ம் ஒரு ஆண்டுக்குள் வரிசைக் கிரமமாக அனுப்பி வைக்கப்படும். 12 மாதம் தபால் பாடங்களைப் படித்த பிறகு, 15 நாள் நேர்முகப் பயிற்சிக்கு வந்து தேர்ச்சி அடைந்து, '' மருத்துவர் சான்றிதழ் '' பெற்றுப் போகலாம். சேர்ந்து பயனடையுங்கள் !

கே : என் வயது 27 ; திருமணமானவள். திருமணத்திற்கு முன்பு அடிக்கடி ஜலதோஷம் பிடித்து இளைப்பும் ஏற்படும். ஆங்கில மருத்துவர் இதை 'ஈசனேபோலியா' என்ற நோய் என்று சொல்லி மருந்து கொடுத்தார் ; அதில் பூரண குணம் காணவில்லை. பிறகு சித்தாமுட்டித் தைலம் — சித்த வைத்தியரிடம் வாங்கி தலைக்குத் தேய்த்து ஸ்னனம் செய்து வந்தேன். உள்ளுக்கும் சளிக்காக மருந்து சாப்பிட்டேன். சளி அதிகமாகி விட்டது. தலைபாரமும் ஏற்படுகிறது. அந்த மருந்தையும் நிறுத்தி விட்டேன். இப்பொழுது என்ன செய்யலாம் ?

ப : முத்து, பவளம், கஸ்தூரி போன்ற உயர்ந்த பற்ப செந்தூரங்களும், தாளிசபத்திரி, ஏலாதி, திரிகடுகு போன்ற பொடி வகைகளும் நோய்க்கு, வயதுக்குத் தக்கபடி துணைமருந்துகளுடன் 2 மண்டலம், 4 மண்டலம் மருந்து சாப்பிட்டு வர நோய் நீங்கும். ஒன்று மட்டும் முக்கியமாக நினைவில் வையுங்கள். ஆங்கில மருந்து, நாட்டு மருந்து, மறுபடி ஆங்கில மருந்துகள் என்று தாவிக்கொண்டிருந்தால் நோய் விலகாது. அத்துடன் பொறுமையுடன் தமிழ் மருந்துகளை பத்தியமுடன் பாவிக்க வேண்டும்.

கே : என் குடும்பத்தில் எல்லாருக்கும் ‘கணச்சூடு’ இருப்பதால், எந்நேரமும் சோர்ந்து இருக்கும் நிலை ஏற்படுகிறது. இதை வேருடன் களைய நல்ல மருத்துவம் கூறவும் ?

ப : உங்கள் குடும்பத்தில் அனைவருக்கும் கணச்சூடு இருப்பதால் தூதுவளை, முசுமுசுக்கை நெய்விட்டு உணவுடன் சேர்ப்பதுடன் சூடான பொருள்களை நீக்கி உணவில் குளிர்ச்சியான பொருள்களை சேர்ப்பது நல்லது. இடம் விட்டு இடம் மாறி இருப்பது கணச்சூடு நீங்கும் வழியாகும்.

கே : எனது சகோதரி வயது 21. காலை தூக்கி நடப்பதற்கு கனமாகவும், நின்றால் வலியும் ஏற்படுகிறதாம். காலில் குடைச்சல் ஏற்படுகிறதாம். இதைப் போக்க வழி என்ன ?

ப : வாத சம்பந்தமான குணங்களைக் கூறுகின்றீர். இதற்கு ஆரம்ப நிலையில் வேம்புவின் குடிநீர் காலையில் குடிப்பது நல்லது. கால் குடைச்சல் தீர எருக்கன் இலை ஒத்தடம் தருவது நல்லது.

கே : மூலிகை மருத்துவத்தின் மூலம் நாள்பட்ட ஆஸ்துமா நோய், ஆங்கில முறையில் தீராத நிலையில் இருப்பதை தீர்க்க வழியுண்டா ? சமீபத்தில் ஏற்பட்ட நோய் தான். ஜலதோஷம், தும்மல், மூச்சடைப்பு உண்டாகி கஷ்டப்படுகிறேன். தங்களின் ஆலோசனையை தெரிவிக்கவும் ?

ப : ஆஸ்துமா என்ற இரைப்பு நோயிலும், நோய் தன்மை, கால இடம், ஆகியவைகளுக்கு மாறுபடும். எனவே இதற்கு தக்கஆலோசனை நேரில் பெறுவது தான் நல்லது. இருப்பினும் இரைப்பு உடனே நிற்க கருப்பு வெற்றிலையுடன் கிராம்பு 2 சேர்த்து மென்று சாற்றை விழுங்கவும் உடனே மூச்சு நிற்கும்.

உ

முருகா.

வயிற்றுக் கோளாறும் உணவில் வெறுப்பும்!

[பண்டித - கி. ராமய்யா, நான்குனேரி]

உணவுப் பொருள்களில் கலப்படம் மிகுந்து இருப்பதை நாம் வாங்கி உபயோகிப்பதால், நன்கு சீரணிக்கக்கூடிய வலிமையுள்ளவர்களுக்குக் கூட நிச்சயமாக அடிக்கடி வயிற்றுக்கோளாறு ஏற்பட்டு துன்புறுத்துகிறது. இதை உடனுக்குடனே சாதாரண கடைச்சரக்குகளால் தயாரித்த குடிநீரால் குணப்படுத்திக்கொள்ளலாம். அப்படி செய்துகொள்ளத் தவறினுல், மேனுட்டு முறை அறுவை சிகிச்சைக்கு ஆளாகி ஆயுள் முழுவதும் நரகவேதனை அடைவார்கள்.

வயிற்றுக் கோளாறை சித்தர் முறைப்படி உள்ளுக்கு மருந்து கொடுத்து குணமாக்கிக் கொள்ளத் தவறியவர்கள், சாப்பாடு வெறுத்து என்ன ஆகாரம் சாப்பிடுவ:தென்று தெரியாமல், உணவில் வெறுப்பு கொள்வர். நாடியில் பித்தம் மிகுதியால் உஷ்ணமும், உஷ்ண மிகுதியால் பித்தமும் முதலில் ஏற்பட்டு சீரணக்கருவியில் அமிலம் அதிகமாகக் கொட்டுவதால் வயிற்றுக் கோளாறு ஏற்படுகிறது. இந்த அமிலம் அளவோடு இருக்கவே உபவாச விரதம் சஷ்டி அல்லது ஏகாதசி திதி நாட்களில் பக்திசிரத்தையுடன் அனுசரித்து வருவது போற்றத்தக்கது. முருகனை நினைந்து சஷ்டி உபவாச விரதமும், அரங்கனை நினைந்து ஏகாதசி திதி நாட்களில் உணவு இன்றி பழங்கள் அல்லது பருகும் நீராலேயே பிடிவாதமாகக் கடைபிடித்து வருவது முதலில் கஷ்டமானுலும், பின் சீரணக் கருவிகளில் அமிலம் இயற்கை அளவாகிப் புத்துயிர் அளிப்பதோடு நரம்புகளுக்கும் வலிமை அளிக்கிறது.

கொழுப்புச் சத்து அதிகமுள்ள கடலை எண்ணெ, சூரியகாந்தி எண்ணெ, வனஸ்பதி எண்ணெ இவைகளை எள்ளெண்ணெக்குப் பதிலாக சாதாரணமாக உணவு விடுதிகளிலும், பல வீடுகளிலும் தவிர்க்கமுடியாது கறி தாளிதத்துக்கும், பொரியலுக்கும் உபயோகப் படுத்துகின்றனர். சீரணக் குறைவு, உடலில் உஷ்ணமிகுதி உள்ளவர்களுக்கும், பசித்துப் புசியாதவருக்கும் வயிற்றுக் கோளாறை உண்டாக்கிவிடும். விலைவாசி உயர்வால் எள்ளெண்ணெ, தேங்காயெண்ணெ, நெய் போன்றவற்றை வாங்க சக்தியற்றவர்கள், மேல்கண்ட பலவித எண்ணெகளை வாங்குபவர்கள் 500 மில்லி எண்ணெக்கு 10 கிராம் இஞ்சியை நசுக்கிப்போட்டு காய்ச்சி வைத்துக்கொண்டால் சீரணசக்தி இலகுவாகும். உணவு விடுதி

களிலும் இஞ்சியாவது அல்லது எலுமிச்சை பழத்தோலையாவது முதலில் பொரித்து எடுத்துவிட்டு உபயோகப்படுத்துவது சுகாதாரமாகும். காபி, டீ தவிர்க்க முடியாதவர்கள் பால் சேர்க்காமல் அருந்துவது நல்லது. பால் புளித்து அமிலத்தால் உறைந்து குடலில் வலியுண்டாகி கோளாறு அதிகமாகிவிடும். சுக்கு, சீரகம், கொத்தமல்லி விதை சேர்த்த குடிநீர் மிகவும் நல்லது.

நாள்பட்ட வயிற்றுக் கோளாற்றை கவனியாதவருக்குப் பித்த வாய்வு அதிகமாகி வாந்திபேதி, வயிற்றுக் கழிச்சல், அதிசாரம் முதலிய நோய்கள் வந்து துன்புறுத்தும். உடல் வலிமை இல்லாதவருக்கு இரத்த பேதியும், இரத்த வாந்தியும் வந்து துன்புறுவர். குடலில் சதைவளர்ச்சி ஏற்படுவதும் அமிலம் அதிகரித்தலாலே யாகும். நவீன முறை X-ray மூலமாக நிழல்படமெடுத்து இடர் கண்டுபிடித்து கூறிய ஆயுதங்களால் அறுவை சிகிச்சை செய்து தற்காலிக குணம் ஏற்படுத்தினாலும், அமிலம் சேர்ந்த ரசப்பெருக்கால் மீண்டும் சதை வளர்ச்சி உண்டாகிவிடுவதைக் காண்கிறோம். ஆகையால் உள்ளுக்கு மருந்தளித்து குணப்படுத்தும் சித்த மருத்துவரைத் தேடிப்பிடித்து, தெளிவாக நோயின் தன்மையைச் சொல்லி, அவர் கூறும் பத்திய பாகுபாடுகளைக் கடைப்பிடித்து குணப் படுத்திக் கொள்வது சிறப்புடையதாகும்.

நகரங்களிலுள்ள பெரிய பெரிய சிற்றுண்டி, பேருண்டிசாலைகளில் ஈயப் பூச்சிழுந்த பாத்திரங்களில் சோறு, கறி, குழம்பு சமைப்பதால் உணவில் தாமிர விஷம் கலந்து பலருக்குத் தலைச்சுற்றலும், மயக்கமும், மரணமுமாக முடிகிறது. சுகாதார அதிகாரிகள் இந்த துன்பத்தை முன்கூட்டி கவனித்து ஓட்டல் லைசென்ஸ்தாருக்கு எச்சரிக்கை செய்து வருவதுடன் நேரில் கவனித்து சான்றளித்து வருவதிலும் அரசினர் முக்கிய கவனம் செலுத்தி கண்காணிப்பதும் அவசியமாகும். குறிப்பிட்ட நபர்களுக்கு உணவளித்து வரும் மாணவர் விடுதிகளிலும் கூட கவனக் குறைவால் மேற்கூறிய விஷக்கலப்பு ஏற்படுவது பரிதாபத்துக்குரிய சம்பவமாகும்.

லாகிரி வஸ்துக்களை உபயோகிப்பதால் பித்தம் சிரசுக்கு ஏறி நரம்பு வலுவடைந்து சீரணிக்கச் செய்வது கெடுதலானது. பசி நேரம் புகைச் சுருட்டு உபயோகமும், புசித்த பின் மதுவருந்துவதும் சீரணக் கருவிகளைக் கெடுத்து வாந்தியுண்டாக்கும். உணவருந்து முன் மது அருந்துவது மேனாட்டு வழக்கமாகும். இரண்டு அவுன்சு தண்ணீருடன் குடிப்பதுதான் நல்லது. வயிற்றுக்கோளாறு உள்ளவர்கள் பிரதான உணவை சீரகமிட்ட சுடுகஞ்சியாக்கிவிடுவதும், பயத்தம் பருப்பை சிறுவெங்காயத்துடன் அவித்துண்ணுவதும் குடலுக்கு இலகுவாக்கும்.

சுக்கு, பெருங்காயம், கறிவேப்பிலை சேர்த்த நீர் மோர் குடிப்பது நல்லது. ஆகாரம் ஏதாயினும் குளிர்ந்த நீரில் நீராடுவதால் நரம்பு பலமடைந்து சீரண உறுப்புக்கள் வலிமை பெறும்.

பசித்திருப்பவர் பக்கத்தில் ஏங்கி நிற்கப் புசிப்பவருக்கு உணவில் வெறுப்புண்டாகும். இஃது தொன்று தொட்டு கரும காண்டப்படி முன் வினையாலும் பாதிக்கும். உணவருந்த பலமடங்கு வசதியுள்ளவர்களும் இப்படி துன்பப்படுவதை கண்கூடாகக் காணலாம். எவ்வித வைத்திய உதவியும் பயன்படாமல் தவித்து நிற்பர். பசியுடன் வருர் ஏழை மக்களுக்கு உணவளிப்பதாலும், விருந்தினருக்குச் சரிசமமான உணவை உபசாரத்துடன் வழங்குவதாலும் உணவில் வெறுப்பு நீங்கும்.

மனக்கவலை தரும் விஷயங்களால் மூளை பாதிக்கப்படுவதால் கவலையுள்ள நேரங்களில் உணவருந்துவது பாதகமானது. ஒரே புத்தியுடன் தீவிர ஆராய்ச்சி மேற்கொள்பவருக்கு சீரணக் கருவிகள் வேலை செய்யாது. இவர்கள் கவலை ஒழிந்த சமயம் நீராடி இஷ்டதெய்வத்தை வணங்கி பின் உணவருந்துவதால் துன்பமின்றி சீரணமாகும்.

தாயின் சுகாதாரக் குறைவால் தாய்ப்பால் அருந்தும் குழந்தைகளுக்கும் வயிற்றுக்கோளாறு ஏற்படுகிறது. பாலைத் தயிராக கக்குவதும் உஷ்ணத்தால் மலச்சிக்கல் ஏற்படுவதும், வயிற்றுக் கழிச்சல், ரத்தபேதி காணுவதும் இந்த வயிற்றுக் கோளாறுகளால் தான். வெள்ளைப்பூண்டு பருப்பு 5 கிராம் எடுத்து பாலில் சிதைத்துப் போட்டு காய்ச்சி வடிகட்டிக் கொண்டு கொடுத்து வந்தால் தீரும். கடுக்காய்த் தோல் போட்டு கொதிக்க வைத்த நீரில் விளக்கெண்ணை ஒரு தேக்கரண்டி இட்டுக் கொடுக்க குடல் சுத்தமாகும்.

"கும்பமுனி பதம் நம்புமடியவர்
துன்ப வினையற்று இன்பமுறுவரே"

மருத்துவர் பழமொழிகள்!

தென்னாட்டு மாந்தருக்குத் திரிபலையொன்றே போதும் எந்நாளும்.

நன்னாரி விரும்பப் பொன்னாகும் மேனி.

நாகம் சேராத மருந்தில்லை; காகம் இல்லாத ஊரில்லை!

நாடிப் பார்க்கத் தெரியாத வைத்தியன் நமனுக்கே சவால் விட்டானாம்!

நாள் இரண்டு (மலசலம் கழிக்க நன்று)
வாரம் இரண்டு (எண்ணெய் குளிக்க நன்று)
திங்கள் இரண்டு (போகம் துய்க்க நன்று)
ஆண்டு இரண்டு (பேதியுட் கொள்ள நன்று)

நெய்யுருக்கி; மோர் பெருக்கி; நீர்கருக்கிச் சாப்பிடவேண்டும்.

நொறுங்கத் தின்றால் நூறு வயது.

படமுள்ளு நாலும் திடவாயு போக்கும்.
(இலந்தை, சூறை, தாழை, களா)

பத்து மிளகிருந்தால் பகைவன் வீட்டிலும் உண்ணலாம்.

பால சோசியம் விருத்த வைத்தியம்.

பீதரோகிணி பேரையுரைத்திடில் ஊரைவிட்டு ஓடுஞ்சுரம்.

பேராமுட்டிப் பேரையுரைத்திடில் காதவழிதூரம் கண்தெரியும்.

பை எடுத்தவன் எல்லாம் வைத்தியனா?

மருந்தும் விருந்தும் மூன்று நாள்.
மருந்து கால்; மதி முக்கால்.
மண்டை உள்ள மட்டும் சளி போகாது.

[புலவர், அ. கவியபெருமாள்]

பொது விற்பனைக்கு அல்ல !

சந்தா வாசக அன்பர்களுக்கு மட்டும்

எமது அரிய தயாரிப்புகள் :

முக்கூட்டு கற்ப மூலிகைத் தைலம்

எண்ணெய் ஸ்னானத்திற்கு ஏற்றது. தேக வலிமை உண்டாக்கி உடல் சூட்டைத் தணித்து, ஆரோக்கியத்தைத் தரும்.

ஒரு புட்டி விலை ரூ. 5—00

மருதோன்றித் தைலம்

தலைமுடி கொட்டுபவர்களுக்கு ஏற்றது. தலைமுடி கொட்டுவதை நிறுத்துவதுடன், கருமையாக தலைமுடியை வளர்க்கும்.

ஒரு புட்டி விலை ரூ 5—00

மூலிகை பேதி மாத்திரை

மலச்சிக்கல், மலப்புழு உள்ளவர்கள் மாதம் ஒரு முறை சாப்பிடலாம். குழந்தை முதல் பெரியோர் வரை பயமின்றிச் சாப்பிடலாம்.

25 மாத்திரை விலை ரூ. 3—00

வல்லாரைத் தைலம்

மண்டை வறட்சி, ஞாபக மறதி, வழுக்கைத்தலை, அதிஉஷ்ணம், பித்தம் ஆகியவை நீங்கி தேகம் குளிர்ச்சியாகும்.

ஒரு புட்டி விலை ரூ. 5—00

முசுமுசுக்கைத் தைலம்

தலைக்குத் தடவிவர சகல உஷ்ணமும் நீங்கும். பீனிச நோய், அகால ரோமம் உதிர்தல், ஆஸ்துமா, காசநோயுடையவர்கட்கு ஏற்றது.

ஒரு புட்டி விலை ரூ. 5—00

கருவேலன்பட்டை பற்பொடி

எருக்கன் பூ பஸ்பம் கலந்தது. தினசரி உபயோகத்திற்காகவும், பல்லுறுதிக்கும், பல் தூய்மைக்கும் சிறந்தது.

ஒரு பாக்கெட் விலை ரூ. 1—00

காது நோய் எண்ணெ

காதில் சீழ் வடிதல், இரத்தம் வருதல், காதுவலி, விக்கம் ஆகியவற்றிற்கு சிறந்த மூலிகைகளால் தயாரித்தது.

ஒரு புட்டி விலை ரூ. 3—00

வல்லாரைத் திப்பிலி

பள்ளி செல்லும் இளம் மாணவ மாணவியர்களின் ஞாபக மறதி நீங்கி கவனமாய்ப் படித்து தேர்வு எழுதி முதன்மையாகத் தேரலாம்.

40-நாள் மருந்து பாக்கெட் விலை ரூ. 5—00

பொன்னுங்கண்ணி தைலம்

அசல் பொன்னுங்கண்ணிக் கீரையால் முறைபடி தயாரித்தது. கண் ஒளிக்கும், பார்வைக்கும் சிறந்தது. தலைக்கு ஸ்னானமாகவும், தினம் தடவிக்கொள்ளவும் ஏற்றது. ஒரு புட்டி விலை ரூ. 5—00

தலைவலிக்கு தைலம்

அடிக்கடி தலைவலி வரும் அன்பர்கள் வாரம் இருமுறை இதனை தேய்த்து ஸ்னானம் செய்துவர படிப்படியாகத் தலைவலி நீங்கும்.

ஒரு புட்டி விலை ரூ. 5—00

புழுவெட்டு நீங்கத் தைலம்

தலையில் வரும் புழுவெட்டு, பொடுகு, ஆகியன நீங்க இதனை தினம் தலைக்குத் தடவி வரலாம். ஒரு புட்டி விலை ரூ. 5—00

செம்பரத்தம் பூ தைலம்

இளம் வயதினர்கட்கு முடி செழித்து வளர தலைக்குத் தடவி வந்தால் இத் தைலம் துணைபுரியும். ஒரு புட்டி விலை ரூ. 5—00

அவுரித் தைலம்

இளநரை, தலைமுடி உதிர்தல் நீங்கி முடி செழித்து வளர தினமும் தலைக்குத் தடவி வரலாம். ஒரு புட்டி விலை ரூ. 10—00

பித்தத்திற்குச் சூரணம்

காபி, டீ, புகையிலை மற்றும் பித்தம் தொடர்பான பொருள்களை அதிகம் பயன்படுத்துவோர், இந்த சூரணப் பொடியைப் பயன்படுத்தி பித்தத்தை நீக்கலாம். ஒரு பாக்கெட் விலை ரூ. 3—50

ஆவாரைப் பஞ்சாங்க சூரணம்

நீரிழிவு நோயுடையவர்கட்கு, அந் நோயைக் கட்டுப்படுத்தவும் காபி, டீ போன்ற பானங்கட்கு பதிலாக இதனை காபிபோல் பயன்படுத்தி நீரிழிவைக் கட்டுப்படுத்தலாம். ஒரு பாக்கெட் விலை ரூ. 5—00

தேவையான மருந்தைக் குறிப்பிட்டு, இத்துடன் தபால் செலவு ரூ. 3—00 சேர்த்து கீழ்க்கண்ட முகவரிக்கு மணியாடர் செய்தால் உடன் பதிவு பார்சல் மூலம் வரிசைக்கிரமமாக அனுப்பி வைக்கப்படும். மருந்துகள் ஒன்றுக்கு மேல் 2 (அ) 3 புட்டிகளுக்கு ரூ. 4—00ம், 4(அ)5 புட்டிகளுக்கு ரூ. 5—00 பார்சல் செலவு சேர்த்து அனுப்பவும்.

மணியாடர் கூப்பனில் தெளிவான விலாசமும், தேவையான மருந்துகளும் விபரமாக எழுதாவிடில் உடன் கவனிக்க இயலாது.

முகவரி :— ஆ. இரா. கண்ணப்பர், R. M. P.

59, மாசிலாமணி முதலி தெரு, வேலூர்-632001 (N. A.)

உ

மூலிகை அகராதி

— முன் மாதத் தொடர்ச்சி

கொள்ளு

வேறு பெயர்கள் :— காணம், முதிரை, ஆங்கிலம் : ஆர்ஸ்கிராம், தெலுங்கு : உளவாலு, மலையாளம் : முதிரா, கன்னடம் : உருளி, சமஸ்கிருதம் : குலாதா, இந்தி : குல்தி, உருது : உப்பால் கில்த்.

விபரம்

தமிழகத்திலே மேட்டு பயிராகச் செய்யும் இந்தக் கொள்ளு குறிப்பாக குதிரைகளுக்கு ஆகாரமாகிறது. மற்றும் ஏழை மக்கள் இதனை உணவாகவும் கொள்கின்றனர். இதில் நாட்டுக் கொள்ளு, காட்டுக் கொள்ளு, கருமை, வெண்மை, செம்மை நிறங்களுடைய கொள்ளும் உள்ளது.

உபயோக உறுப்பு

விதை, சமூலம்.

குணுதிசயம்

சிறுநீர் பெருக்கி, உரமாக்கி, துவர்ப்பி, பித்தநீர் பெருக்கி.

கொள்ளுகாய் வேளை

வேறு பெயர் :—காய்வேளை, ஆங்கிலம் : பர்ப்பில் டெப்ரோசியா, தெலுங்கு : வெம்பாலி பம்பரா செட்டு, மலையாளம் : கொழிஞ்சிலா, கன்னடம் : கக்கி, சமஸ்கிருதம் : புலியாஸ்திரி, இந்தி : சர்பகோகா, உருது : ஜங்லி குர்தி.

விபரம்

குத்துச்செடி இனத்தைச் சார்ந்த இது வரண்ட சமவெளி களில் தன்னிச்சையாக பயிராகிறது. கொள்ளுக்காய் போலக் காய்ப்பதால் இதற்கு கொள்ளுகாய் வேளை என்ற பெயராயிற்று. இதனை வேருடன் பிடுங்குவது கடினமாகும்.

உபயோக உறுப்பு

இலை, விதை, வேர், வேர்ப்பட்டை.

சுவை : கார்ப்பு, வீர்யம் : வெப்பம், பிரிவு : கார்ப்பு.

குணுதிசயம்

வீக்கமுருக்கி, கோழையகற்றி, சிறுநீர் பெருக்கி, உடல் உரமாக்கி, மலப்புழுவகற்றி, வரட்சியகற்றி.

கோறுக்காய் புளி

வேறு பெயர்கள் :— கொடுக்காய்புளி, கோணப்புளி, ஆங்கிலம்: கொர்சினியா காம்போஜியா.

விபரம்

முள் நிறைந்த மரம். வளைய வளையமாக சிவந்த நிறத்துடன் காய்க்கும் இதன் காய்களை பறவை, கிளியினங்கள் உண்டு களிக்கும். இனிப்புச் சுவையுடையது. சிறுவர்களும் இந்த கொறுக்காய் புளியை விரும்பி உண்பார்கள்.

உபயோக உறுப்பு — காய்

சுவை : இனிப்பு, புளிப்பு, வீர்யம் : வெப்பம், பிரிவு : கார்ப்பு

குணுதிசயம்

அகட்டுவாய்வகற்றி, செரிப்புண்டாக்கி, குளிர்ச்சியுண்டாக்கி சிறுநீர் பெருக்கி.

(தொடரும்)

“ குருவண்டு ”

(உபரசம்)

குருவண்டு என்பது உபரசங்களில் ஒன்ருகும். இக் குருவண்டு துவரை மற்றும் கொளிஞ்சிச் செடிகளில் காணும். இது வண்டு போன்ற சிறுபூச்சி ஆகும். இதன் நிறம் கருப் பாயும், இறக்கை இரண்டும் சிகப்பாயும் இருக்கும். ஒவ்வொரு இறக்கையின் மேல்பாகத்தில் வட்டமான மூன்று கருப்புப் புள்ளிகள் காணப்டும். மேற்படி பூச்சி மிருதுவாயும் கோதுமை யை விட சிறிது பருத்த அளவுள்ளதாய் இருக்கும். இதைச் சித்தர்கள் பல நூல்களில் குறிப்பிட்டு எழுதியுள்ளார்கள்.

குருவண்டின் நீர் விஷமுடையது. சருமத்தின் மீது பட்ட இடங்களில் நெருப்புச்சுட்ட கொப்பளம் போல் கொப்பளிக்கும். வண்டுகடி போன்ற படைகளின் மேல் ஷ பூச்சியை பிடித்து தேய்த்து விட்டால் அந்த இடம் கொப்பளித்து நீராய் வடிந்து படை குணமாகிவிடும்.

இதைத் தவிர, ‘‘ஆறுபுள்ளி வண்டின் முட்டை’’ என்று சித்தர் நூல்களில் குறிப்பிடுகின்ருர்கள். இந்த ஆறுபுள்ளி வண்டானது ஒன்றரை அங்குல நீளத்தில் ஆள்காட்டி விரல் பிரமாண நீளம் இருக்கும். இறக்கை முதல் உடல் முழுவதும் கருப்பாய் இருக்கும். இதன் முதுகில் ஆறு புள்ளிகள் வட்ட மாக வெள்ளையாக இருக்கும். இது கடித்தால் சர்ப்ப விஷம் போல் உடனே மயக்கம் உண்டாகும். இது கடித்தால் பாம்புக் கடிக்கு சிகிச்சை செய்வது போலவே செய்யவேண்டும்.

இந்த வண்டானது பனைமரம் மற்றும் சிலவகை மரப் பொந்துக்களில் வசிக்கும். சித்தர் மருந்துகளில் காரம் ஏற்று விக்கும் கடுங்காரச் செயநீர் முறைகளில் இதன் முட்டைகளைச் சேர்க்கும்படி சித்தர் நூல்களில் கூறியிருக்கிருர்கள். இந்த வண்டின் முட்டைகள் கிடைப்பது மிகவும் கடினம். ஆனல் குருவண்டு தாராபுரம் பகுதியில் விசேஷமாயக் கிடைக்கும்.

[சித்த வைத்தியர், S. கிருஷ்ணமுர்த்தி தாராபுரம்]

அனுபவம் உணர்த்தும் உண்மை

K. ராஜுபாலகன்,

கெங்குவார்பட்டி P. O.
மதுரை ஜில்லா.

அன்பு சித்தர் அவர்களுக்கு, வணக்கம்.

என் வயது 40. தாங்கள் பார்த்து எந்த மருந்து கொடுத்தாலும் நோய் நீங்கும். அப்படி தங்கள் மீது எனக்கு நம்பிக்கை. முருகன் அருளாலும், தங்கள் மீது கொண்ட பக்தியாலும் நிச்சயம் சரியாகிவிடும். நோயைப் பற்றித் தங்களுக்கு எழுதி, ஆலோசனை பெறலாம் என நினைத்து எழுதினாலே பாதி நோய் குணமாகிவிட்டது போல் இருக்கிறது.

எனக்குக் 'கன்னத்தில் உள்ள ஒரு கழலைக் கட்டியை' யார் யாரோ ஆபரேஷன் செய்யலாமென்று சொன்னார்கள். நான் ஒரே நம்பிக்கையில் தங்களிடம் தான் காட்டி மருத்துவம் செய்வேன் என்று இருந்தேன். முருகன் அருளால் தங்களை நேரில் சந்திக்கும் பாக்கியம் கிடைத்தது. தங்களின் அரிய ஆலோசனையின் பேரில் மருத்துவம் செய்தேன். கட்டி கரைந்து இப்போது பழைய நிலையில் இருக்கிறது. ஊரில் ஒரே ஆச்சரியம்! நண்பர்கள் கேட்டார்கள், "எப்படி கட்டி போனது?" என்று. நான், "வேலூரில் சித்தர் ஒருவர் இருக்கிறார்; அவரிடம் மருத்துவம் செய்தேன்" என்று கூறுகிறேன்.

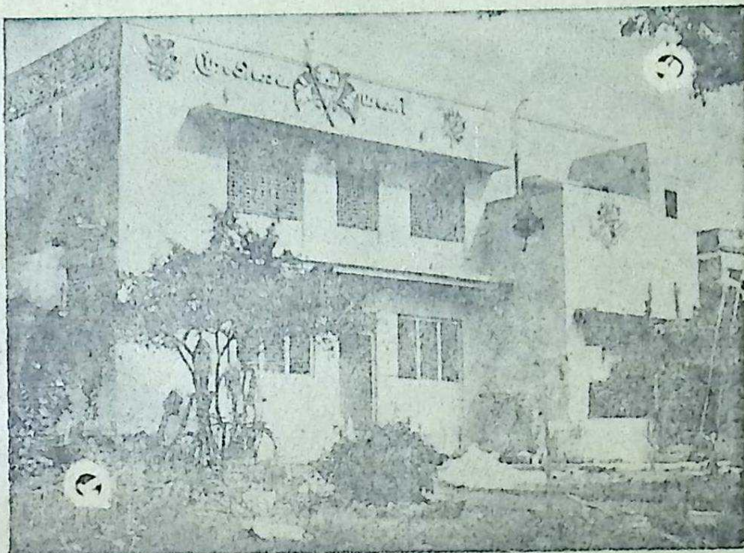
S. ராஜாஷுத்தீன்,

நெ. 11, கீழ முஸ்லிம் தெரு,
சோழபுரம். P. O

மதிப்பிற்கும் அன்பிற்கும் உரிய டாக்டர் அவர்களுக்கு, வணக்கம்.

தங்கள் 'மூலிகை மணியில்' மாதந்தோறும் வரும் கேள்வி—பதில்களையும், அவற்றின் பலன்களையும் அறிந்து வருகிறேன். என்னுடைய பாட்டிக்கு தாங்கள் அனுப்பிய "நேத்திரப் பூண்டுத் தைலம்" உபயோகித்து ஐந்து மாதத்திலேயே நல்ல குணம் தெரிந்து வருகிறது. அதன் சார்பில் என் நன்றியைத் தெரிவிக்கிறேன்.

சந்தா நேயர்களும், வாசக அன்பர்களும் கவனிக்க!



தீராது என்று கைவிடப்பட்ட நோய்களையும், ஆங்கில முறை ஊசி, மாத்திரைகளால் நோய் சிக்கலடைந்து தவிக்கும் நோயாளிகளையும் படுக்கை தந்து சிகிச்சை அளித்து குணமாக்க 15-படுக்கைகள் தான் உள்ளன. எனவே, இங்கு வந்து தங்கி சிகிச்சை செய்துக்கொள்ள விரும்பும் அன்பர்கள் படுக்கைகளுக்கு முன்கூட்டி கடிதம் எழுதுவது நலம்.

குறிப்பாக நீண்ட நாள் ஆஸ்துமா, காசம், மேகநோய் போன்ற கொடிய நோய்களை குணப்படுத்தக்கூடிய வகையில் மருத்துவம் செய்ய வசதிகள் செய்யப்பட்டுள்ளது. எனவே, மேற்கண்ட நோய் உள்ள அன்பர்கள் மூலிகை மணி மருத்துவ மனைக்கு வந்து குணம் காணலாம்.

தீராத நாள்பட்ட நோயாளிகள் தக்க துணையுடனும், சமையல் செய்ய ஒரு சில பாத்திரங்களுடன் வருவது மிக்க நலம்.

மூலிகை மணி மருத்துவ மனை,

4, சாதுகார மடம் 2-வது தெரு, சலவன்பேட்டை வேலூர்-1. (வ. ஆ.)

எமது வெளியீடுகள் :

நம் நாட்டு மூலிகைகள்	1-ம் பாகம் ரூ.	4	00
நம் நாட்டு மூலிகைகள்	2-ம் பாகம்	4	00
நம் நாட்டு மூலிகைகள்	3-ம் பாகம்	4	00
நம் நாட்டு மூலிகைகள்	4-ம் பாகம்	4	00
நம் நாட்டு மூலிகைகள்	5-ம் பாகம்	4	00
நம் நாட்டு மூலிகைகள்	6-ம் பாகம்	4	00
நோயும் மருந்தும்	1-2 பாகம்	3	00
நோயும் மருந்தும்	3-4 பாகம்	3	00
விஷ ஜந்துக்களும் மூலிகைகளும்		4	00
சித்த மருத்துவத்தின் கருப்பொருள்		2	00
புகழ் பெற்ற மூலிகைகள்		0	60
மனித உறுப்புக்களில் மூலிகைகளின் குணாதிசயங்கள்		0	60
பயன் தரும் பத்துக் கீரைகள்		0	60
சக்தி தரும் சஞ்சீவி மூலிகைகள்		0	60
குழந்தைப் பிணிகளும் மூலிகை மருத்துவமும்		0	60

ஒரு புத்தகத்திற்கு
தபால் செலவு 25-காசு சேர்த்து அனுப்பவும்.
மொத்த புத்தகமும் தபாலில் பெற

புத்தக விலையுடன் ரூ. 3—00 சேர்த்து கீழ்க்கண்ட முகவரிக்கு மணியாடர் அனுப்பி பெறலாம்.

முகவரி :-

ஆ. இரா. கண்ணப்பர்.

மூலிகை மணி அலுவலகம்

59, மாசிலாமணி முதலி தெரு, வேலூர்-1. (வ. ஆ.)

Printed at Mooligai Mani (P) Press, Vellore. N. A.
Printer, Editor & Publisher Dr. A. R. Kannappar, R. M. P.
59, Masilamani Mudali Street, Vellore-632001.